

Centro Shotokai de Queluz

www.centroshotokai.com



Plano de Actividades 2016



... continuidade do nosso Presente!!



PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Índice

	Pág.
Preâmbulo	2
Introdução	2
Objectivos	3
Estratégias	5
Plano de Atividades Desportivas	5
Plano de Atividades Administrativas	13
Plano de Atividades Diretivas	13
Orçamento 2016	14





PLANO DE ACTIVIDADES 2016

Preâmbulo

A elaboração do presente Plano de Actividades, vem dar continuidade às acções que ao longo das épocas decorrem no nosso Clube, sendo na sua maioria planeadas a médio e longo prazo.

Temos a nível directivo efectuado no final de cada época desportiva uma análise objectiva e crítica a toda a actividade desenvolvida versus actividade planeada, tornando-nos assim mais fortes, proporcionando um melhor desempenho da nossa actividade de época para época.

Em 2016 continuaremos na lógica da criação das condições para um crescimento sustentável, mantendo a reestruturação efectuada nos últimos anos, as nossas actividades e iniciativas vão continuar a ser acompanhadas de forma adequada.

Introdução

No cumprimento de obrigações estatutárias, a Direção do Centro Shotokai de Queluz apresenta, através deste documento, o seu plano de actividades para o ano de 2016. Este plano de actividades tem como grandes linhas de acção, a ocupação de tempos livres dos jovens, bem como despertar mentalidades e estabelecer princípios de bom comportamento desportivo, social e cultural. Promovendo o espírito de partilha, igualdade e solidariedade entre associados onde a ética, a raça e os valores individuais sejam sempre respeitados.

Este plano de actividades pretende ter acções, também direccionadas para os mais velhos, fundamentais ao equilíbrio e transmissão de conhecimentos, comportamentos e sabedorias. Fomentar, através das modalidades praticadas e as actividades desenvolvidas, onde todos - “filhos, pais e avós”, possam sentir o prazer de, em conjunto, partilhar o tempo.



Este plano de atividades está concebido para, em primeira linha, dinamizar o espaço da sede do nosso clube, com cerca de 400 metros quadrados, não deixando de acolher iniciativas novas, se forem manifestamente favoráveis aos interesses do clube, e dos nossos associados.

Objectivos

Sendo certo que os apoios que temos vindo a obter têm vindo a decrescer ano após ano, iremos tentar com toda a energia e rigor, e numa perspetiva de esperança, tentar que não seja afetado o normal funcionamento do Clube, o que, aliado a um cenário de crise geral não se afigura desde já quaisquer facilidades para o próximo ano.

Embora os nossos objetivos estejam limitados, quer pela escassez e incerteza dos meios financeiros, quer pelas restrições que se avizinham, a nossa perspetivação das ações a desenvolver não pode nem deve reduzir, nem se pode reduzir a fixação dos nossos objetivos conducentes à consolidação dos êxitos que ao longo dos anos alcançamos, bem como à abertura de vias que permitam alcançar outros patamares que dignifiquem e projetem o nosso Clube.

Tendo em conta que os calendários desportivos das Associações e Federações para 2016 deverão contemplar basicamente as mesmas provas e calendários que em 2015, o nosso objetivo, passa por implementar ao máximo o planeamento técnico, apresentado por cada modalidade.

Como é nosso propósito continuar a ser um pólo constante e dinamizador na comunidade em que estamos inseridos vamos manter e acompanhar o desenvolvimento das nossas diversas actividades Desportivas, Culturais e Recreativas, tendo como principais objectivos:

- ✚ Incentivar e desenvolver a prática do desporto;
- ✚ O aumento das oportunidades da prática desportiva;
- ✚ O aumento da nossa participação desportiva federada e de recreação;
- ✚ Promover iniciativas com vista ao convívio entre os nossos associados nas áreas de lazer e recreação, passeios turísticos, e de cultura promovendo a participação em exposições e outros eventos;
- ✚ Desenvolver uma campanha de sensibilização e angariação de novos sócios através de contactos personalizados;



- ✚ Divulgar a nossa actividade desenvolvida através da nossa página Web dando continuidade à divulgação das nossas modalidades;
- ✚ Continuidade na dinâmica de comunicação e informação aos nossos associados, dando-lhes conhecimento dos projectos, das actividades e dificuldades sentidas no desenvolvimento das actividades realizadas;
- ✚ Manter a reestruturação e alargar se possível os horários disponíveis;
- ✚ Ampliação e uma maior intervenção desportiva do nosso Clube, junto das Escolas e outras Instituições;
- ✚ Apoio para a prática de desporto aos mais carenciados e às pessoas mais idosas;
- ✚ Aumento da nossa participação nos campeonatos desportivos organizados pelas diversas Associações e Federações;
- ✚ A realização e promoção de Torneios e Estágios das modalidades;
- ✚ Continuidade nos Protocolos e Parcerias que assumimos;
- ✚ Desenvolvimento e melhoramento do nível técnico dos nossos agentes desportivos;
- ✚ Substituição progressiva do equipamento desportivo, que se encontra em estado avançado de degradação;
- ✚ Promoção e melhoramento da imagem de marca do Clube, e igualmente no que diz respeito às instalações desportivas;
- ✚ Disponibilizar os nossos Técnicos para promoção de acções e campanhas Desportivas e de solidariedade, e igualmente colocar à disposição dos Organismos Públicos a promoção da prática de Desporto;

Iremos dentro do possível dar uma especial atenção com as instalações desportivas, pois como é do conhecimento geral e com o passar do tempo estas começam a apresentar já sinais da necessidade urgente de algumas intervenções e reparações, mesmo apesar do nosso esforço e empenho na sua conservação e manutenção, contudo por vezes não nos é possível conseguir obter 100% de eficiência.

Com a conjugação de todos estes factores e uma maior actuação a todos os níveis (cultural recreativo e desportivo) o Centro Shotokai de Queluz, como clube de lazer, de formação e de competição tornar-se-á um Clube ainda mais reconhecido.



Estratégias

Para que a estratégia avance e se consolide, é necessário e decisivo a continuidade do contributo dado por todos, com empenho e dedicação.

Está na adequada estratégia o futuro do Centro Shotokai de Queluz, início de todas as coisas. O futuro está contido naquilo que foi o nosso passado e é o nosso presente. Não é possível dissociar os diferentes tempos, porque todos se interligam entre si. E nesses tempos, passado, presente e futuro, se há uma constante, é o permanente e apaixonado apoio dos nossos Associados “ a família Shotokai “, sempre dedicados e empenhados em contribuir para o engrandecimento do Clube do qual todos somos parte.

Assim, a nossa estratégia principal passa por continuar a apostar nos nossos técnicos desportivos, mantendo como linhas orientadoras a interligação da vertente formativa com a vertente competitiva na tentativa de atingir o patamar a que nos propomos.

Implementação de novas formas de promoção do desporto.

Continuidade na reparação das Instalações desportivas nomeadamente com o sistema de ar (pavilhão, balneários) que se torna necessário ser revisto e alterado.

Prosseguiremos com a política de acompanhamento continuado das receitas e despesas de forma a garantir uma gestão sã e um fluxo controlado de tesouraria, por forma ter o equilíbrio financeiro pretendido e desejado.

PLANO DE ACTIVIDADES DESPORTIVAS

SECÇÃO DE FUTSAL

FUTSAL DE COMPETIÇÃO e FORMAÇÃO - PROGRAMA

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam :

- ✚ Desenvolver e proporcionar actividades de formação, orientação e especialização desportiva de carácter formal que permitam uma continuidade lógica e de qualidade no crescimento do nível competitivo da modalidade dentro do Clube e nas Freguesias de Monte Abraão, Queluz e Massamá;



- ✚ Dinamizar e reforçar toda a estrutura da secção que conta já com uma Escola de Futsal, uma equipa de Infantis, uma de Iniciados; uma de Juvenis tentando dar seguimento e aproveitamento ao trabalho de base efectuado em épocas anteriores;
- ✚ Atingir boas classificações nos quadros competitivos em que participem as equipas, e se possível apurar as mesmas para subidas de divisão na Associação de Futebol de Lisboa;
- ✚ Promoção do Centro Shotokai de Queluz nas Entidades Oficiais e igualmente junto de outros Clubes;
- ✚ Colaboração na elaboração de projectos de desenvolvimento desportivo;

Quadro de Projectos / Acções

PROJECTO / ACÇÃO	CALENDARIZAÇÃO											
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Actividade Regular da Escola de Futsal (Treinos e jogos com outras Academias e Escolas)												
Actividade Regular Infantis (Treinos, captações e jogos preparação)												
Actividade Regular Iniciados (Treinos, captações e jogos preparação)												
Actividade Regular Juvenis (Treinos, captações e jogos preparação)												
Quadro Competitivo Infantis, Iniciados e Juvenis e Juniores da A.F.L.												

As instalações desportivas utilizadas para a actividade desta modalidade são o Complexo Desportivo João Carlos Cifuentes em Monte Abraão e as Instalações da Escola Secundária Padre Alberto Neto em Queluz.

PROGRAMA – PROMOÇÃO, PARTICIPAÇÃO E ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam :

- ✚ Promover, organizar e participar em eventos que promovam e divulguem a prática do Futsal;



- ✚ Promover o Futsal nas escolas da região, proporcionando a todos a oportunidade de experimentar a modalidade;
- ✚ Continuidade na cooperação com a Junta de Freguesia de Massamá, com vista ao alargamento na nossa participação quer na educação e formação dos jovens da Freguesia de Massamá, através da prática desportiva;
- ✚ Fomentar igualmente acordos com as outras Juntas, nomeadamente de Monte Abraão e de Queluz, para o desenvolvimento da modalidade e disponibilidade para parcerias em Programas com Organismos Públicos (Programa “Escolhas“).

Quadro de Projectos / Acções

PROJECTO / ACÇÃO	CALENDARIZAÇÃO											
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Torneio do Liberdade A.C. Eskola de Futsal e Infantis												
Convívio de Escolas de Futsal em Queluz – Organização do Shotokai												
Torneios Diversos												
Treinos de Captação de atletas, junto das Escolas												

PROGRAMA – FORMAÇÃO TÉCNICA

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam:

- ✚ Proporcionar momentos de formação especializada que permitam o aumento e a actualização das qualificações dos Treinadores e Monitores de Futsal.

Quadro de Projectos / Acções

PROJECTO / ACÇÃO	CALENDARIZAÇÃO											
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Diversas Acções Formação												

Serão consideradas ainda outras acções que normalmente se efectuam de forma não regular.



SECÇÃO DE AERÓBICA

AERÓBICA, FITMIX, STEP e STRETCHING - PROGRAMA

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam:

- ✚ Desenvolver e proporcionar actividades de formação, orientação e especialização desportiva de carácter formal que permitam uma continuidade lógica e de qualidade no crescimento das modalidades dentro do Clube e nas Freguesias de Monte Abraão, Queluz e Massamá;
- ✚ Promoção do Centro Shotokai de Queluz nas Entidades Oficiais e igualmente junto de outros Clubes.
- ✚ Colaboração na elaboração de projectos de desenvolvimento desportivo;

PROGRAMA – PROMOÇÃO, PARTICIPAÇÃO E ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam:

- ✚ Promover, organizar e participar em eventos que promovam e divulguem a prática das modalidades de Aeróbica, Fitmix de Step e de Stretching;

PROGRAMA – FORMAÇÃO TÉCNICA

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam :

- ✚ Proporcionar momentos de formação especializada que permitam o aumento e a actualização das qualificações dos Agentes Desportivos.



SECÇÃO DE DANÇA

BALLET, DANÇA JAZZ e DANCE KIDS – PROGRAMA

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam:

- ✚ Desenvolver e proporcionar actividades de formação, orientação e especialização desportiva de carácter formal que permitam uma continuidade lógica e de qualidade no crescimento das modalidades dentro do Clube e nas Freguesias de Monte Abraão, Queluz e Massamá;
- ✚ Promoção do Centro Shotokai de Queluz nas Entidades Oficiais e igualmente junto de outros Clubes.
- ✚ Colaboração na elaboração de projectos de desenvolvimento desportivo;

PROGRAMA – PROMOÇÃO, PARTICIPAÇÃO E ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam:

- ✚ Promover, organizar e participar em eventos que promovam e divulguem a prática das modalidades de Ballet, Dança Jazz e Dance Kids.

SECÇÃO DE GINÁSTICA

GINÁSTICA ACROBÁTICA, GINÁSTICA INFANTIL, GINÁSTICA GERAL, GINÁSTICA LOCALIZADA, GINÁSTICA DE MANUTENÇÃO e YOGA - PROGRAMA

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam:

- ✚ Desenvolver e proporcionar actividades de lazer, formação, orientação e especialização desportiva de carácter formal que permitam uma continuidade lógica e de qualidade no crescimento das modalidades dentro do Clube e nas Freguesias de Monte Abraão, Queluz e Massamá, bem como promover o desporto junto das pessoas mais idosas ;
- ✚ Promoção do Centro Shotokai de Queluz nas Entidades Oficiais e igualmente junto de outros Clubes.



- ✚ Colaboração na elaboração de projectos de desenvolvimento desportivo;

PROGRAMA - PROMOÇÃO, PARTICIPAÇÃO E ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam:

- ✚ Promover, organizar e participar em eventos que promovam e divulguem a prática das modalidades de Ginástica de Manutenção, Ginástica Acrobática; Ginástica Infantil; Ginástica Localizada; Ginástica Geral e Yoga

SECÇÃO DE ARTES MARCIAIS

PROGRAMA – AIKIDO, KARATÉ, JUDO. FORMAÇÃO E COMPETIÇÃO

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam:

- ✚ Desenvolver e proporcionar actividades de formação, orientação e especialização desportiva de carácter formal que permitam uma continuidade lógica e de qualidade no crescimento do nível competitivo da modalidade dentro do Clube e nas Freguesias de Monte Abraão, Queluz e Massamá;
- ✚ Atingir boas classificações nos quadros competitivos em que participem os nossos atletas;
- ✚ Promoção do Centro Shotokai de Queluz nas Entidades Oficiais e igualmente junto de outros Clubes.
- ✚ Colaboração na elaboração de projectos de desenvolvimento desportivo;



PROGRAMA - PROMOÇÃO, PARTICIPAÇÃO E ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam:

- ✚ Promover, organizar e participar em Estágios e Torneios que promovam e divulguem a formação e a prática das Artes Marciais.

SECÇÃO DE DESPORTES DE COMBATE

PROGRAMA – KICKBOXING FORMAÇÃO E COMPETIÇÃO

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam:

- ✚ Desenvolver e proporcionar actividades de formação, orientação e especialização desportiva de carácter formal que permitam uma continuidade lógica e de qualidade no crescimento do nível competitivo da modalidade dentro do Clube e nas Freguesias de Monte Abraão, Queluz e Massamá;
- ✚ Atingir boas classificações nos quadros competitivos em que participem os nossos atletas;
- ✚ Promoção do Centro Shotokai de Queluz nas Entidades Oficiais e igualmente junto de outros Clubes.
- ✚ Colaboração na elaboração de projectos de desenvolvimento desportivo;

PROGRAMA - PROMOÇÃO, PARTICIPAÇÃO E ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam:

- ✚ Promover, organizar e participar em Estágios e Torneios que promovam e divulguem a prática do Kickboxing.



SECÇÃO MUSCULAÇÃO E CARDIO-FITNESS

PROGRAMA – MUSCULAÇÃO E CARDIO-FITNESS

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam:

- ✚ Desenvolver e proporcionar actividades de orientação e especialização desportiva de carácter formal que permitam uma continuidade lógica e de qualidade no crescimento das modalidades dentro do Clube e nas Freguesias de Monte Abraão, Queluz e Massamá;
- ✚ Promoção do Centro Shotokai de Queluz nas Entidades Oficiais e igualmente junto de outros Clubes.

WRESTLING

PROGRAMA – WRESTLING

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam:

- ✚ Desenvolver e proporcionar actividades de formação, orientação e especialização desportiva de carácter formal que permitam uma continuidade lógica e de qualidade no crescimento do nível competitivo da modalidade dentro do Clube e nas Freguesias de Monte Abraão, Queluz e Massamá;
- ✚ Promoção do Centro Shotokai de Queluz nas Entidades Oficiais e igualmente junto de outros Clubes.
- ✚ Colaboração na elaboração de projectos de desenvolvimento desportivo;

PROGRAMA - PROMOÇÃO, PARTICIPAÇÃO E ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS

Objectivos Específicos

As acções previstas neste Programa, visam:

- ✚ Promover, organizar e participar em eventos que promovam e divulguem a formação e a prática do Wrestling.



PLANO DE ACTIVIDADES ADMINISTRATIVAS

PROGRAMA

Objectivos Específicos

Naturalmente, a parte administrativa tem a ver com a actividade regular do dia-a-dia, para o bom funcionamento do nosso Clube.

Temos contudo programado, para além de todas as obrigações normais, quer estatutárias quer fiscais, e no que diz respeito a toda a secção Administrativa previsto o seguinte:

- + Gerir e promover a nossa página da Internet;
- + Continuidade com a padronização da imagem do nosso Clube;
- + Planificação e desenvolvimento de acções de publicidade, edições, publicações e *mailings* promocionais.

Manutenção do horário de funcionamento do Clube

Horário de Funcionamento do Clube :

Segunda a Sexta das 9h às 22h30m

Sábados das 9h às 19h30m

Horário de Funcionamento da Secretaria :

Segunda a Sexta das 9h15 às 20h45m

Sábados das 10h às 12h e das 16h às 18h

Tendo como responsáveis técnicos :

Director Técnico – Prof^a. Patrícia Alexandra Santos

PLANO DE ACTIVIDADES DIRECTIVAS

Em termos gerais, além de todo o desenvolvimento e do programa directivo que habitualmente se exige num bom desempenho, nomeadamente no que diz respeito a reuniões de direcção, reuniões com equipas técnicas e funcionários, a parte diretiva tem programado:

- + Elaborar o relatório e contas relativo a 2016, Orçamento de 2017 e Plano de Atividades para 2017;



- ✚ Elaborar processo do Relatório e Contas de 2016, para envio à Secretaria do Conselho de Ministros;
- ✚ Elaborar os diversos mapas fiscais para serem presentes junto da Administração Fiscal e Segurança Social, ao longo do ano;
- ✚ Preparação e elaboração dos processos para entrega na Câmara Municipal de Sintra;
- ✚ Elaboração dos processos de pedidos Apoio junto das Juntas de Freguesia;
- ✚ Elaboração dos processos de pedidos Apoio a outras entidades particulares;
- ✚ Dar continuidade à vertente de Marketing e Publicidade.

ORÇAMENTO 2016

Tendo em consideração o total desempenho do nosso Plano de Atividade para 2016, o Orçamento previsto é o seguinte:



RECEBIMENTOS	ANO	PAGAMENTOS	ANO
	2016		2016
1. Recebimentos da atividade		1. Pagamento de funcionamento	
Jóias e quotas	6.500	Pessoal	30.000
Atividades	95.000	Seguros	3.500
Doações		Rendas	4.200
Subsídios	2.500	Manutenção	2.500
...		Água, eletricidade e gás	6.500
Outros	6.700	Representação e deslocações	9.500
	110.700	Comunicações	1.000
2. Recebimentos comerciais		Material de escritório	1.000
...		Higiene, segurança e conforto	8.000
Outros		Despesas específicas das atividades	35.000
	0	...	
3. Recebimentos de capitais		Outras	7.000
...			108.200
Outros		2. Pagamentos de investimento	
	0	Aquisição de equipamentos	2.500
4. Recebimentos prediais		Aquisição ou construção de instalações	
...		...	
Outros		Outras	
	0		0
Total de Recebimentos	110.700	Total de Pagamentos	110.700

As relações institucionais entre o nosso Clube e as diversas Entidades Públicas e Privadas continuarão a ser aprofundadas, pretendendo-se a sua sensibilização e eventual intervenção para resolução dos problemas com que nos deparamos e debatemos, procurando-se, sempre que possível, ações conjuntas e concertadas, que possam representar contribuições e/ou soluções para a resolução daqueles mesmos problemas.

É pois, com a colaboração de todos os agentes verdadeiramente empenhados, desde os dirigentes, atletas, equipas técnicas, que o Centro Shotokai de Queluz conta para que se possa continuar o trabalho até aqui desenvolvido e, assim, superar as dificuldades que se possam vir a encontrar.



Posto isto, resta-nos propor à Assembleia Geral a aprovação do nosso Plano de Atividades e o Orçamento, para o exercício compreendido entre 01 de Janeiro de 2016 a 31 de Dezembro de 2016.

Entretanto colocamo-nos ao inteiro dispor de V.Exas. para qualquer esclarecimento julgado conveniente.

Monte Abraão, 31 de Março de 2016

A Direção



Av. D. António Correia de Sá, 13
Monte Abraão
2745-243 QUELUZ
Tel: 214 397 322
Fax: 214 397 322
Correio electrónico: geral@centroshotokai.com
Endereço Web : www.centroshotokai.com

